

★きらきら★ なかじょう NEWS!



きらきら★なかじょう NEWSとは・・・

令和7年 12月号

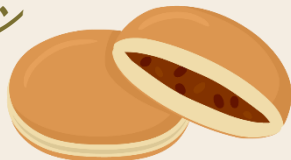
毎月、ご利用お客様の運動や行事の様子など、いろいろな活動風景を皆様にお届けします。

なかじょうデイサービスセンター西山 〒950-0113 新潟市江南区西山578-1

TEL:025-278-5080

<<12月号のトピック>>

- ★ 11月の行事
 - ・どら焼き作り
 - ・けん玉作り
- ★ 個別機能訓練
- ★ レクリエーション
- ★ 壁画作成



★ 11月の行事

・どら焼き作り

ホットケーキミックス粉を使用し、職員がどら焼きの皮を焼いて、最後に利用者の皆様よりこしあんをトッピングしていただくと、甘くて美味しいどら焼きが出来上がりました！！
「美味しいね」と沢山の笑顔が見られておりました。

★けん玉作り

紙コップを使用し、側面にはご自身のお好きなシールを選んで貼ると・・・

世界に一つだけのけん玉を作っていただきました＼(´o`)／

★個別機能訓練

機能訓練士指導のもと、上下肢の筋力低下予防運動を個別で行っています。

★ レクリエーション

他者交流を交えながら、頭や身体を使ったゲームや軽体操に参加して頂き、楽しい時間を過ごされています。

★ 壁画作成

毎月その季節や時期に合わせた壁画を、沢山皆様から作成して頂いています。

営業時間：8：30～17：30

サービス提供時間：9：30～16：30

営業日：月～土

※祝祭日も営業しております。

休業日：日曜/お盆(8/15)

年末年始：(12/31～1/2)

※ご利用時間をご相談ください。

どら焼き作り



けん玉作り



個別機能訓練



N 様

79 歳

課題 下肢筋力と持久力を高め、歩行時のふらつきを軽減し、安定した歩行を身につける

訓練内容 ・歩行訓練 ・下肢筋力訓練
・ボール体操 ・棒体操

改善した点 ・立ち上がりが軽くなり歩行が安定する

と効果 ・息切れしにくくなる
・血行促進、代謝の向上

今後の目標 エアロバイクに継続して取り組み下肢の協調性を高め、つまづきの減少と転倒予防の強化を図り、息切れの軽減と生活全体の活動量向上を目指す

機能訓練士 西村 勇希

レクリエーション



～フリスビー投げ～

段ボールで作ったフリスビーをどこまで飛ばせるか競い、手首の可動域を向上させるためのゲームです。なお前傾姿勢を保つことで腹横筋が鍛えられ、立ち上がりが楽になる運動です。

皆さん他の誰よりも遠くに飛ばそうと1位を狙い競っておられました。



壁画作成

西山にも紅葉の秋がやって来ました。利用者様から折り紙で落ち葉を作っていただき、大小さまざまな色とりどりの壁画が完成しました。



空き情報/18名定員

月曜日：△（残りわずか）

火曜日：△（残りわずか）

水曜日：△（残りわずか）

木曜日：△（残りわずか）

金曜日：×（空き無し）

土曜日：△（残りわずか）

